

SPORTS COLLECTIFS - CYCLE 3

Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement

LE MATÉRIEL NÉCESSAIRE

SOIT 22% D'ÉCONOMIE!

309,00 € TTC
le kit



Réf. 9000091

SÉANCE TYPE POUR ENFANTS DE 7 À 11 ANS



TOUS NOS PRODUITS SONT DISPONIBLES
SUR DECATHLONPRO.FR

Objectifs pédagogiques :

- S'opposer à un adversaire dans des jeux de duel (lutte, 1 contre 1, jeux de quilles et de précision).
- Coopérer avec des partenaires pour s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif.
- Se reconnaître et identifier son rôle en tant qu'attaquant ou comme défenseur.

TEMPS À PRÉVOIR

De 30 min à 1h par séance

LIEU DE PRATIQUE

Intérieur ou extérieur

CONSIGNES DE SÉCURITÉ

- Chaque jeu de lutte doit faire l'objet de règles et d'aménagements spécifiques : zone d'évolution sur un sol souple (tapis, herbe).
- La majorité des jeux de lutte pour enfants se réalise à genoux ou à 4 pattes.
- Il est préférable que les enfants soient équipés d'un pantalon de survêtement (protection des genoux).
- Il convient d'établir des règles d'or avec les enfants, parmi lesquels :
 - On ne saisit jamais au-dessus des épaules, (toute saisie de tête / cou doit être « sanctionnée »).
 - On respecte son adversaire et on s'arrête de lutter au moindre signal ou lorsque l'adversaire se retrouve sur le dos.
 - La lutte commence à un signal donné et finit à un autre signal donné par l'animateur/l'arbitre.

COMPOSITION DU KIT

- 5 disques à lancer
- 16 ceintures Flag Rugby
- Des quilles finlandaises
- 6 ballons de handball soft
- 2 cages de but souples
- 20 mini coupelles fendues
- 3 ballons de rugby mousse Wizzy
- 6 boules de pétanques molles
- 1 but de disque volant
- 4 ballons mousse
- 1 sac de rangement filet
- 16 chasubles



DÉCOUVREZ TOUTES NOS FICHES PÉDAGOGIQUES SUR DECATHLONPRO.FR

EXEMPLES DE SITUATIONS POUR 10 À 15 ENFANTS

JEU N°1 : LUTTE FLAG

Participants : 2 enfants

Deux enfants sont équipés d'une ceinture flag (1 flag placé dans le dos) sur un espace déterminé de 2m x 2m maximum sur un tapis. Ils s'affrontent en duel de lutte à genoux.

But : réussir à « déflaguer » son opposant.

Variantes possibles :

- Positions des mains au départ (libre, main dans la main, sur les épaules de l'adversaire, sur ses cuisses).
- Nombre de flags (1 devant, 1 derrière, flag dans la chaussette).
- Nombre de flags arrachés pour la victoire, victoire par sortie de zone de jeu.

JEU N°2 : EPERVIER FLAG

Participants : 1 épervier pour 4 attaquants (ou 2 éperviers pour 8 attaquants)

Délimiter un terrain d'environ 12m/5m avec 2 zones protégées aux opposés et une zone centrale. 1 ou 2 enfants sont désignés pour être « épervier » et se positionne(nt) au centre du terrain. Les autres enfants (les attaquants) s'équipent d'une ceinture flag (1 ou 2 flags accrochés) et se positionnent à un bout du terrain dans une des zones protégées.

But :

- Pour les attaquants : traverser le terrain pour se rendre dans une seconde zone « protégée » sans se faire « déflaguer » par le ou les éperviers.
- Pour les défenseurs (éperviers) : empêcher la progression des attaquants sur le terrain en les « déflaguant »

A chaque fois qu'un attaquant perd son ou ses flags, il devient à son tour défenseur. Les deux derniers attaquants remportent la partie. Ils deviennent « éperviers » et tous les autres enfants redeviennent attaquants. Le jeu recommence depuis le début.

Variantes possibles :

- Augmenter ou limiter la taille du terrain.
- Limiter le temps des attaquants pour traverser.
- Disposer des coupelles sur le terrain et imposer aux attaquants d'en ramasser une pour valider leur traversée.

JEU N°3 : FLAG SORCIER

Participants : 1 « sorcier » et 5 enfants

Chaque enfant est muni d'une ceinture flag (1 ou 2 flags accrochés) dans une zone déterminée, sans camp et sans ballon.

Les enfants doivent éviter de se faire enlever leur flag par un autre enfant désigné comme « sorcier », sous peine d'être transformés en statue.

JEU N°4 : FLAG BÉRET

Participants : 2 équipes de 5 enfants minimum

Deux équipes identiques, disposées en face l'une de l'autre à une distance d'une dizaine de mètres. Chaque joueur possède un numéro différent et est muni d'une ceinture flag (1 ou 2 flags accrochés). Un ballon de rugby est placé au centre du terrain.

But : A l'annonce de son numéro, chaque enfant correspondant au numéro essaie d'attraper le ballon et de le ramener dans son camp sans se faire enlever son flag.

Variantes possibles : nombre de numéros appelés, taille du terrain, obstacle, type de ballons.

JEU N°5 : DISCOGOLF

Participants : libre

Placer le but de discogolf dans un espace ouvert et à une distance d'au moins 25m. L'activité peut se dérouler seule ou par équipe, en duel ou en comptabilisant le nombre de lancers.

But : mettre le but avec le moins de lancers possibles. A partir d'une zone de départ, un enfant de chaque équipe lance le frisbee en direction du but. Si le disque n'a pas atteint le but, il le récupère à l'endroit où il est tombé et le relance jusqu'à atteindre la cible.

Variantes possibles :

- En mode duel (1 contre 1).
- En mode relais (chaque enfant fait un lancer à la suite de son partenaire).
- Ajouter des obstacles afin d'obliger le lanceur à adapter son lancer aux contraintes de l'environnement.

